

KULTURKREIS EBERMANNSTADT e.V.

Tel.: 09194/506-40

1. Vorsitzende: Gabriele Rauch
Stellvertreterinnen: Sybille Müller, Gabriele Thiem
Schriftführerin: Brigitte Mitterer
Kassier: Wolfgang Krippel

Internet: www.kulturkreis-ebs.de

E-Mail: info@kulturkreis-ebs.de

Tel.: 09194/506-40, Frau Theiler

Der Kulturkreis als öffentliche Volkshochschule der Stadt Ebermannstadt offeriert sein Programm auch in Zusammenarbeit mit den örtlichen Vereinen, Verbänden, Organisationen und Schulen:

Alle Angebote sind grundsätzlich frei zugänglich!

Der Kulturkreis ist Mitglied des Universitätsbundes Erlangen.

Anmeldungen für alle Kurse und Seminare ab Erscheinen des Programmheftes in der VG Ebermannstadt, Franz-Dörrzapf-Str. 10, 91320 Ebermannstadt

- Frau Lies (Tel. 09194/506-21)
- Frau Leicht (Tel. 09191/506-22)
- Frau Körber (Tel. 09194/506-28)
- Frau Daum (Tel. 09194/506-24)

Einschreibung für Mitglieder:

Freitag, 24.01.20 8.00-12.00 Uhr

Montag, 27.01.20 8.00-12.00 Uhr

Allgemeine Einschreibung:

Dienstag, 28.01.20 8.00-12.00 Uhr und 14.00-16.00 Uhr

Mittwoch, 29.01.20 8.00-12.00 Uhr

Donnerstag, 30.01.20 vorm. geschlossen 12.30-18.00 Uhr

Freitag, 31.01.20 8.00-12.00 Uhr

Sie können sich zu allen Kursen der VHS des Landkreises über das Internet anmelden - www.vhs-forchheim.de. Selbstverständlich ist aber auch nach wie vor schriftliche, telefonische oder persönliche Anmeldung in der jeweiligen Außenstelle möglich.

Bezahlung der Kursgebühr: schriftliche, telefonische und Online-Anmeldung ist nur mit SEPA-Lastschriftmandat möglich, persönliche Anmeldung mit Barzahlung oder SEPA-Lastschriftmandat.

Hier finden Ihre Kurse statt:

Volksschule: Schulweg 10, 91320 Ebermannstadt
Realschule Nebengebäude: Altweiher-Str. 1, 91320 Ebermannstadt
Scheune im Wiesent-Garten: Am Kirchenwehr 10, 91320 Ebermannstadt
Touristinfo Ebermannstadt: Bahnhofstr. 5, 91320 Ebermannstadt
Feuerwehrhaus Burggailenreuth: Kalkwerk 5, 91320 Ebermannstadt
Stadtpfarrkirche St. Nikolaus: Kirchenpl. 1, 91320 Ebermannstadt
Hasenbergzentrum: Feuersteinstr. 11a, 91320 Ebermannstadt

Für alle angebotenen Veranstaltungen gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS des Landkreises Forchheim.

100 Jahre Volkshochschulen - Die Entwicklung, Funktion und Bedeutung der Volkshochschulen im Forchheimer Land

Vortrag Eb001

Toni Eckert

Donnerstag, 06.02., 19.30 Uhr

Eintritt: frei Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Legendäre Reisen des Mittelalters

Vortrag Eb002

Katja Boampong-Brummer

Donnerstag, 13.02., 19.30 Uhr

Eintritt: frei Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Romantisches Franken - Berge, Burgen und Bäche

besungen in romantischen Liedern zur Gitarre

Freie Platzwahl, Einlass 17.00 Uhr. Barrierefreier Zugang.

VVK: Touristinformation, Bahnhofstraße 5, 91320 Ebermannstadt, Tel. 09194/506-40

Konzert Eb003

Corinna Schreiter

Stefan Grasse

Sonntag, 16.02., 18.00 Uhr

Eintritt: € 12,00, € 10,00 für KK-Mitglieder, € 6,00 für Schüler und

Studenten Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Winter am Polarkreis

Vortrag Eb004

Sepp Martin

Donnerstag, 20.02., 19.30-0.00 Uhr

Eintritt: frei Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Heizen mit Holz (Scheitholz, Hackschnitzel, Pellets) und Solarthermie

Vortrag Eb005

Siegfried Brütting

Donnerstag, 05.03., 19.30 Uhr

Eintritt: frei Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Meine (Schul) Zeit in Afrika

Vortrag Eb006

Emily Dann

Hannah Welker

Donnerstag, 12.03., 19.30 Uhr

Eintritt: frei Mediathek, Gymnasium Fränkische Schweiz

WOLFGANG BUCK solo - "IECH WÄR DANN DO"

Benefizkonzert für DONUM VITAE

Freie Platzwahl, Einlass 18.30 Uhr. Barrierefreier Zugang.

VVK: Touristinformation, Bahnhofstraße 5, 91320 Ebermannstadt,

Tel. 09194/506-40

Konzert Eb007

Samstag, 14.03., 19.30 Uhr

Eintritt: VVK € 17,00, AK € 19,00 Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Veranstalter: Förderverein DONUM VITAE in Bamberg e.V.

Ich geh zu den Halunken.

Chansons und Satiren von Fritz Graßhoff

Freie Platzwahl, Einlass 17.00 Uhr. Barrierefreier Zugang,

VVK: Touristinformation, Bahnhofstraße 5, 91320 Ebermannstadt,

Tel. 09194/506-40

Konzert Eb008

Ursula Gumbusch

Rolf Böhm

Arnd Rühlmann

Sonntag, 22.03., 18.00 Uhr

Eintritt: € 12,00, € 10,00 für KK-Mitglieder, € 6,00 für Schüler und

Studenten Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Mitgliederversammlung

Näheres entnehmen Sie der Tagespresse!

Vortrag Eb009

Donnerstag, 23.04., 18.00 Uhr

Eintritt: frei Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Bretagne - Land am westlichen Ende von Europa

Vortrag Eb010

Sepp Martin

Donnerstag, 23.04., 19.30 Uhr

Eintritt: frei Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Ortsschimpfnamen: Die böse Seite der fränkischen Gemütlichkeit

VVK: Touristinformation, Bahnhofstraße 5, 91320 Ebermannstadt,

Tel. 09194/506-40

Lesung Eb011

Martin Droschke

Freitag, 24.04., 19.30 Uhr
Eintritt: VVK € 7,00, AK € 8,00 Scheune im Wiesent-Garten

Vive la France!

50 Jahre Städtepartnerschaft mit Chantonnay

Lesung Eb012

Michael Holz
Mittwoch, 27.05., 19.30 Uhr
Eintritt frei! Spenden erbeten! Scheune im Wiesent-Garten

Sommerfest unterm Nussbaum im Garten hinter dem Heimatmuseum

Vernissage der Sonderausstellung mit Werken von Wendelin Kusche musikalisch umrahmt vom Saxophon-Quartett "Les Quatre". Näheres entnehmen Sie der Tagespresse!

Kurs Eb013
Samstag, 11.07., 19.00 Uhr
Eintritt frei! Bürgerhaus

Exkursion: Neidecker Marmor in Würzburg

Treffpunkt: 8:30 Uhr Ebermannstadt P2 (am REWE-Getränkemarkt), 9:00 Uhr Forchheim, Am Streckerplatz
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Exkursion Eb014
Prof. Dr. Wolfgang Schirmer
Samstag, 25.04., 8.30-17.00 Uhr
€ 27,00 für Führungen und Bus Würzburg

Sprachen

Englisch

Englisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen, Niveau A1

Lehrbuch: Network Now, A1, Unit 1 (Klett/Langenscheidt Verlag)
Hier werden kleinschrittig und mit vielen Übungs- und Wiederholungsmöglichkeiten Grundkenntnisse im Englischen vermittelt.

Kurs Eb018
Udo Schüpferling
Dienstag, 18.02., 18.00-19.30 Uhr, 10 x
€ 54,00 (€ 48,60) Realschule, Nebengebäude

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen, Niveau A2

Lehrbuch: Network Now, A2.1, Unit 5 (Klett/Langenscheidt Verlag)
Hier werden kleinschrittig und mit vielen Übungs- und Wiederholungsmöglichkeiten Grundkenntnisse im Englischen vermittelt. Quereinsteiger willkommen!

Kurs Eb019
Udo Schüpferling
Dienstag, 18.02., 19.30-21.00 Uhr, 10 x
€ 54,00 (€ 48,60) Realschule, Nebengebäude

Französisch

Französisch für den Urlaub und Städtepartnerschaft,

Fortführung, Niveau A1

Buch wird im Kurs bekanntgegeben.
Wir trainieren in netter Runde einfache Gesprächssituationen sowie Hörverstehen. Teilnehmer mit verschütteten Kenntnissen sind auch herzlich willkommen.

Kurs Eb020
Susanne Doneth-Hofmann
Dienstag, 18.02., 20.00-21.00 Uhr, 12 x
€ 43,20 (€ 38,90) Realschule, Nebengebäude

Französisch: Aufbaustufe: conversation et lecture, compréhension orale, Niveau A2.2/B1.1

Buch wird im Kurs bekannt gegeben.
Auch Wiedereinsteiger oder Teilnehmer nach A2-Kursen sind herzlich willkommen.

Kurs Eb021

Susanne Doneth-Hofmann
Dienstag, 18.02., 18.30-20.00 Uhr, 12 x
€ 64,80 (€ 58,30) Realschule, Nebengebäude

Spanisch

Spanisch: Anfänger ohne Vorkenntnisse, Niveau A1 - 1.

Semester

Buch wird im Kurs bekannt gegeben.
Dieser Kurs ist für echte Anfänger geplant. Hier werden kleinschrittig und mit vielen Übungs- und Wiederholungsmöglichkeiten Grundkenntnisse im Spanischen vermittelt.

Kurs Eb022
Rosa Iliana Rivas Lopez
Dienstag, 18.02., 18.00-19.30 Uhr, 10 x
€ 54,00 (€ 48,60) Realschule, Nebengebäude

Gesundheit

Sport - Entspannung

Bauch - Beine - Po

Für Anfänger, mit Kinderbetreuung.
Bitte mitbringen: Isomatte, Turnschuhe, bequeme Kleidung!
In Zusammenarbeit mit dem Mütterzentrum. Zeitgleich bietet das Mütterzentrum im Raum darüber Kinderbetreuung für Kinder von 0 - 4 Jahren an.
Gebühr pro Stunde € 2,00 für MüZe-Mitglieder, € 2,50 für Nichtmitglieder. Anmeldung für Kinderbetreuung nicht erforderlich. Informationen bei Gerlinde Wagner, Tel. 09194/5951.

Kurs Eb025
Doris Hohmann
Dienstag, 18.02., 9.00-10.00 Uhr, 15 x
€ 36,00 (€ 32,40) Volksschule, Eingang Hallenbad

Qi Gong

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!
Parkplatz ist über die Feuersteinstraße erreichbar.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Fußbekleidung!

Kurs Eb026
Maria Riediger
Montag, 17.02., 18.30-20.00 Uhr, 10 x
€ 54,00 (€ 48,60) Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a
Kleingruppe

Qi Gong

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Parkplatz ist über die Feuersteinstraße erreichbar.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Fußbekleidung!

Kurs Eb027
Maria Riediger
Montag, 18.05., 19.30-21.00 Uhr, 5 x
€ 27,00 (€ 24,30) Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a
Kleingruppe

Yoga zum Entspannen und Auftanken

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Kissen und Isomatte!

Kurs Eb028
Pauline Lodes
Dienstag, 18.02., 19.00-20.30 Uhr, 12 x
€ 64,80 (€ 58,30) mit Teilnahmebescheinigung Hasenbergzentrum, Feuersteinstr. 11a

Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Kissen und Isomatte!

Kurs Eb029
Helga Körfgen-Neutzner
Mittwoch, 04.03., 8.15-9.45 Uhr, 10 x
€ 39,00 (€ 35,10) mit Teilnahmebescheinigung Volksschule, Eingang Hallenbad

Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Kissen und Isomatte!

Kurs **Eb030**
Helga Körfggen-Neutzner
Mittwoch, 04.03., 9.45-11.15 Uhr, 10 x
€ 39,00 (€ 35,10) mit Teilnahmebescheinigung Volksschule, Eingang Hallenbad

Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Kissen und Isomatte!

Kurs **Eb031**
Helga Körfggen-Neutzner
Mittwoch, 04.03., 18.00-19.30 Uhr, 10 x
€ 39,00 (€ 35,10) mit Teilnahmebescheinigung Volksschule, Eingang Hallenbad

BUB - Bewegung und Balance 50plus

Bitte mitbringen: Isomatte, Theraband und 2 Wasserflaschen (500ml)!

Kurs **Eb032**
Fabiola Reges-Huber
Mittwoch, 19.02., 16.45-17.45 Uhr, 12 x
€ 28,80 (€ 25,90) Volksschule, Eingang Hallenbad

HDF - Halte dich fit

Bitte mitbringen: Isomatte, Theraband!

Kurs **Eb033**
Fabiola Reges-Huber
Mittwoch, 19.02., 18.00-19.00 Uhr, 12 x
€ 28,80 (€ 25,90) Volksschule, Eingang Hallenbad

Pilates-Training

Für Anfänger und Fortgeschrittene!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Isomatte!

Kurs **Eb034**
Annette Dokoupil-Gutensohn
Dienstag, 18.02., 16.45-17.45 Uhr, 15 x
€ 36,00 (€ 32,40) Volksschule, Eingang Hallenbad

Pilates- und Faszientraining

Pilates-Training ist für jedes Alter geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Isomatte!

Kurs **Eb035**
Gerlinde Ohlmann
Dienstag, 18.02., 19.00-20.00 Uhr, 10 x
€ 27,00 (€ 24,30) mit Teilnahmebescheinigung Volksschule, Eingang Hallenbad

Fit und Figur

Ausdauertraining und Figurstraffung in einem Kurs.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Isomatte!

Kurs **Eb036**
Karla Meauri de Zintl
Donnerstag, 05.03., 8.15-9.15 Uhr, 15 x
€ 36,00 (€ 32,40) Volksschule, Eingang Hallenbad

Zumba

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung!

Kurs **Eb037**
Karla Meauri de Zintl
Donnerstag, 05.03., 9.15-10.15 Uhr, 15 x
€ 36,00 (€ 32,40) Volksschule, Eingang Hallenbad

Work-Out

Straffung und Festigung der Problemzonen, Kräftigung der Rumpfmuskulatur. Bitte mitbringen: Isomatte!

Kurs **Eb038**
Gerlinde Ohlmann
Montag, 17.02., 19.00-20.00 Uhr, 10 x
€ 24,00 (€ 21,60) Volksschule, Eingang Hallenbad

Step + Bauch

Kalorienkiller und intensives Herz-Kreislauf-Training.

Bitte mitbringen: Isomatte!

Kurs **Eb039**
Gerlinde Ohlmann
Montag, 17.02., 20.00-21.00 Uhr, 10 x
€ 24,00 (€ 21,60) Volksschule, Eingang Hallenbad

Problemzongymnastik und Body Work-Out

Gezielte Kräftigung der Rumpfmuskulatur und der Problemzonen.

Gelenkschonendes Training für jeden.

Bitte mitbringen: Isomatte!

Kurs **Eb040**
Gerlinde Ohlmann
Dienstag, 18.02., 18.00-19.00 Uhr, 10 x
€ 24,00 (€ 21,60) Volksschule, Eingang Hallenbad

Step, ganzheitliches Körpertraining und deepWORK im Wechsel

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Isomatte!

Kurs **Eb041**
Gerlinde Ohlmann
Dienstag, 18.02., 20.00-21.00 Uhr, 10 x
€ 24,00 (€ 21,60) Volksschule, Eingang Hallenbad

Fit hoch 3

deepWORK® und Faszien-Pilates im Wechsel.

Einzelne Muskeln oder Muskelpartien werden ganz gezielt aktiviert, entspannt oder gedehnt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Isomatte!

Kurs **Eb042**
Rainer Hümmer
Donnerstag, 20.02., 18.30-19.30 Uhr, 10 x
€ 24,00 (€ 21,60) Volksschule, Eingang Hallenbad

Fit in den Sommer

deepWORK® und Crosstraining im Wechsel.

Es geht um die Kombination verschiedener Übungen, die auf Ihre individuelle Fitness abzielen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Isomatte!

Kurs **Eb043**
Rainer Hümmer
Donnerstag, 20.02., 19.30-20.30 Uhr, 10 x
€ 24,00 (€ 21,60) Volksschule, Eingang Hallenbad

Aquafitness

Für alle Einsteiger und Wiedereinsteiger zur Entlastung des Bewegungsapparates, gelenkschonend, durchblutungsfördernd, Ausdauer verbessernd und zum Muskelaufbau.

Kurs **Eb044**
Rainer Hümmer
Dienstag, 18.02., 18.00-18.45 Uhr, 10 x
€ 31,00 (€ 27,90) inkl. Hallenbadeintritt Hallenbad Volksschule

Aquafitness

Kursbeschreibung siehe Eb044.

Kurs **Eb045**
Rainer Hümmer
Dienstag, 18.02., 18.45-19.30 Uhr, 10 x
€ 31,00 (€ 27,90) inkl. Hallenbadeintritt Hallenbad Volksschule

Aquajogging

Ein gesundes, gelenkschonendes Herz-Kreislauftraining im flachen oder tiefen Wasser. Gürtel wird gestellt.

Kurs **Eb046**
Rainer Hümmer
Dienstag, 18.02., 19.45-20.30 Uhr, 10 x
€ 31,00 (€ 27,90) inkl. Hallenbadeintritt Hallenbad Volksschule
max. 20 Teilnehmer

Sanfter Einsteigerkurs ins Laufen

Kurs **Eb047**
Michael Cipura
Donnerstag, 05.03., 17.30-18.30 Uhr, 10 x
€ 36,00 (€ 32,40) Treffpunkt TÜV

Tanzkurs für Paare - Grundkurs

Kurs **Eb048**
Udo Schüpferling
Montag, 17.02., 18.30-20.00 Uhr, 10 x

€ 72,00 (€ 64,80) pro Paar Volksschule, Aula

Tanzkurs für Paare - Aufbaukurs

Kurs Eb049
Udo Schüpferling
Montag, 17.02., 20.00-21.30 Uhr, 10 x
€ 72,00 (€ 64,80) pro Paar Volksschule, Aula

Ernährung

Gesunde Ernährung ist grundlegender Bestandteil aller vhs-Kochkurse.

Bauernbrot und Zwiebelkuchen

Bitte mitbringen: Plastikschrüssel (mit Deckel)!
Materialkosten von € 18,00 werden mit abgebucht.
Kurs Eb050
Elke Weber
Donnerstag, 05.03. und Freitag, 06.03.,
jeweils von 17.00-22.00 Uhr
€ 36,00 (€ 32,40) + 18,00 € Material Küche Volksschule, Eingang
Hallenbad

Low Carb: Frühlings- und Sommergerichte

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Restebehälter, Schreibsachen!
Kurs Eb051
Brigitte Justen-Steinmetz
Mittwoch, 11.03., 18.00-21.30 Uhr
€ 12,60 (€ 11,30) + Material Küche Volksschule, Eingang Hallenbad

Sushi Teil 2 mit Tempura Sushi

Bitte mitbringen: Behälter für Kostproben, Schürze, scharfes Messer und Getränk!
Materialkosten von € 23,00 werden abgebucht.
Kurs Eb052
Kristin Klein
Mittwoch, 18.03., 18.00-21.30 Uhr
€ 12,60 (€ 11,30) + Material € 23,00 Küche Volksschule, Eingang
Hallenbad

Urrädla backen

Bitte mitbringen: fünf Geschirrtücher, Gefäß fürs Gebäck!
Kurs Eb053
Beate Wittmann
Dienstag, 24.03., 17.30-21.30 Uhr
€ 14,40 (€ 13,00) + Material Küche Volksschule, Eingang Hallenbad

Partyfood - Lust auf Partys

Bitte mitbringen: Geschirrtücher, Getränke, scharfe Messer!
Kurs Eb054
Rosa-Maria Walz
Donnerstag, 26.03., 18.00-22.00 Uhr, 2 x
€ 28,80 (€ 25,90) + Material Küche Volksschule, Eingang Hallenbad

Küchla backen

Bitte mitbringen: 5 Geschirrtücher, großen, stabilen Karton für das Gebäck!
Kurs Eb055
Beate Wittmann
Dienstag, 31.03., 17.30-21.30 Uhr
€ 14,40 (€ 13,00) + Material Küche Volksschule, Eingang Hallenbad

Schnelle Thai Asia Küche Teil 2

Bitte mitbringen: Behälter für Kostproben, Schürze und Getränk!
Materialkosten von € 23,00 werden abgebucht.
Kurs Eb056
Kristin Klein
Mittwoch, 01.04., 18.00-21.30 Uhr
€ 12,60 (€ 11,30) + Material € 23,00 Küche Volksschule, Eingang
Hallenbad

Thailändische Küche auch für Vegetarier

Bitte mitbringen: Behälter für Kostproben, Schürze und Getränk!
Materialkosten von € 23,00 werden abgebucht.
Kurs Eb057
Kristin Klein
Dienstag, 21.04., 18.00-21.30 Uhr
€ 12,60 (€ 11,30) + Material € 23,00 Küche Volksschule, Eingang
Hallenbad

Die Kunst der perfekten Salat-Zubereitung

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Restebehälter, Schreibsachen!
Materialkosten sind bei der Kursleitung zu zahlen.
Kurs Eb058
Brigitte Justen-Steinmetz
Mittwoch, 22.04., 18.00-21.30 Uhr
€ 12,60 (€ 11,30) + Material Küche Volksschule, Eingang Hallenbad

Vegetarische Frühlings- und Sommergerichte

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Restebehälter, Schreibsachen!
Kurs Eb059
Brigitte Justen-Steinmetz
Mittwoch, 29.04., 18.00-21.30 Uhr
€ 12,60 (€ 11,30) + Material Küche Volksschule, Eingang Hallenbad

Burggailenreuth

Yoga

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Kissen!
Kurs Eb060
Kerstin Postler
Dienstag, 18.02., 19.30-21.00 Uhr, 10 x
€ 54,00 (€ 48,60) Feuerwehrhaus Burggailenreuth